

[日] 乾孝/著 郝慧琴/译

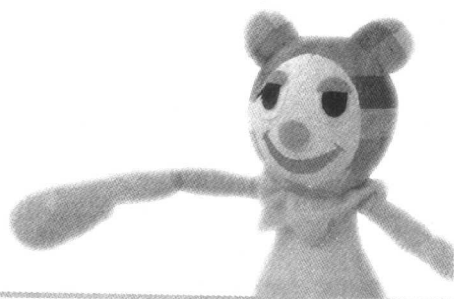
表扬与批评孩子的 10个法则

是时候了，父母们，
停止你的敷衍夸奖和无理怒气吧！



如何表扬.....才能真正给孩子
.....真正的鼓励？

怎样批评.....才不会在
.....孩子心中留下阴影？



表扬与批评孩子的 10个法则

[日] 乾孝/著 郝慧琴/译

南海出版公司
2003·海口

图书在版编目(CIP)数据

表扬与批评孩子的 10 个法则 / [日] 乾孝著; 郝慧琴译.

海口: 南海出版公司, 2003. 10

ISBN 7-5442-2634-4

I. 表… II. ①乾… ②郝… III. 家庭教育

IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 090478 号

著作权合同登记号 图字: 30-2003-005

KODOMO WO NOBASU HOMEKATA SHIKARIKATA 10-SOKU

Copyright © Takashi Inui 1983

Original Japanese edition published by Sunmark Publishing Inc., Japan

Simplified Chinese translation copyright © 2003 by Nanhai Publishing Corporation

(南海出版公司) Published by arrangement with Sunmark Publishing Inc., Japan

through Bardou-Chinese Media Agency

All RIGHTS RESERVED

BIAOYANG YU PIPING HAIZI DE SHIGE FAZE

表扬与批评孩子的 10 个法则

作 者	[日] 乾孝
译 者	郝慧琴
责任编辑	陈明俊 李 耘
策划编辑	陈明俊 季晟康
装帧设计	严 冬
出版发行	南海出版公司 电话(0898)65350227
社 址	海口市蓝天路友利园大厦 B 座 3 楼 邮编 570203
电子邮箱	nhcbgs@0898.net
经 销	新华书店
印 刷	北京迪鑫印刷厂
开 本	890 × 1240 毫米 1/32
印 张	5.625
字 数	85 千
版 次	2003 年 10 月第 1 版 2003 年 10 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 7-5442-2634-4
定 价	14.80 元

南海版图书 版权所有 盗版必究



作者介绍

乾孝，日本法政大学教授，
著名心理学家和儿童问题专家，
还曾从事木偶剧的创作与表演。
主要著述包括《儿童心理学》、
《乾孝育儿问答》、《保育科学》、
《生活中的心理学》等。

责任编辑：陈明俊 李 耘
策划编辑：陈明俊 季晟康
装帧设计：新经典工作室·严 冬

目 录

前言 为什么批评？为什么表扬？ /1

- 身为父母的责任 /3
- 培养良好的基本生活习惯 /4
- 培养怎样的孩子 /6
- 培养孩子的自立 /8

法则一 杜绝情绪化的批评 /11

- 无法“刹车”的母亲 /15
- 令孩子反省的批评方式 /17
- 不要用伤害孩子的批评方法 /20
- 孤独的母亲很可怕 /22

法则二 不要指责孩子的坏习惯和失败行为 /25

- 不要斥责孩子的坏习惯 /29
- 不要嘲笑孩子的失败 /31
- 害怕失败的消极情绪 /33
- 不要只根据失败的结果批评孩子 /35
- 用经过大脑的语言批评孩子 /38

法则三 不要事无巨细地不停指责孩子/43

- 规定谈话时间/47
- 表扬就是对孩子的努力给予肯定/50
- 不必逼孩子与人打招呼/53
- 为管教孩子令其迟到的母亲/55
- 令孩子终生难忘的教诲/57

法则四 不能侮辱孩子的人格/61

- 不要强迫孩子与父母交谈/65
- 不要批评孩子收藏的“宝物”/68
- 什么是培养个性的批评方式/69
- 不要混淆“自由”与“放任”/74

法则五 不要拿孩子与朋友或兄弟姐妹相比/79

- 父母不要介入孩子的交友/83
- 小霸王的“帮凶”更需要教育/88
- 对小霸王的表扬、批评方法/90
- 不要说“你是哥哥，应该……”/92

法则六 统一全家的批评方法/97

- 教育方针向最低标准靠拢/101
- 体罚无用/104
- 以自己的责任批评孩子/106
- 幼儿不懂“时间和场合”/108
- 不在孩子面前谈论对老师的不满/111

法则七 不通过批评,而通过表扬鼓励孩子/113

- 不要挑毛病/117
- 不要用虚伪的表扬/119
- 使孩子尝到努力的喜悦,帮助他建立自信/122
- 不要批评,要对话/126

法则八 勿以父母的喜好批评孩子/129

- 性格不是批评可以改变的/133
- 别用金钱表扬孩子/135
- 强制孩子学习无异于亲子的精神自杀/138

法则九 考虑孩子行为的含义/141

- 不要总想着批评孩子/145
- 考虑孩子行为背后的原因/148
- 批评孩子时,目视孩子的眼睛/151
- 如果觉得父亲的指责过分/153

法则十 用孩子能理解的方法批评/155

- 不要批评孩子的反抗/159
- 允许孩子讲道理/161
- 正确对待亲子分离/164
- 尽量少批评/168

后记/171

◉ 前 言 ◉



为什么批评？为什么表扬？

孩子们并非没有认真对待父母的教导。



身为父母的责任

“前两天我去向星星祈祷了，求它把我变成另一个人，因为我总是惹爸爸妈妈生气，而且我的邻居阿姨也说，要是我是另外一个孩子，她就会喜欢我了。”

这是清水三重子用 10 年时间记录幼儿园孩子们的童言稚语，汇集成册的《请把我变成另外一个人》一书中的一小节。这本书中记录了那些总被父母斥责的孩子们心中真实的愿望和苦恼，令身为父母的大人们深思。

另一个孩子，因为总把水管开得很大，溅得到处是水，因此老被父母责骂。有一天他问一个小朋友的工匠爸爸能否帮他做一个霓虹灯。他这样说道：

“我一走过，它就会‘啪’地亮起来，告诉我应该怎样做。比如我一走到水池边，霓虹灯就会自动提醒我，别把水溅出来，别忘了把水龙头关好。”

做父母的总认为无论自己说多少遍，孩子们只不过是左耳朵进，右耳朵出，因此总是不停地训斥他们：“要说多少遍你才能记住！”而孩子们就像他们表达的那样，是如此认真地听进了父母的教训，并深深铭记在心。

表扬与批评孩子的 10 个法则

帮助他们成长、使他们自立，是惟一的目的。



孩子们如此认真地对待父母的批评，并因此而苦恼、悲伤，可父母们是否也同样认真并能意识到自己在教育孩子什么呢？是否有时因为没睡好、疲倦，而无意识地多骂了孩子几句，或者因为夫妻刚吵完架，将怒气转嫁到了孩子身上？

是否该好好想一想，我们做父母的究竟为什么批评孩子，又为什么表扬孩子？

我们批评孩子，是在他们做了不好的事情时，提醒他们注意，并制止这种行为；而我们表扬孩子，是在他们做了好的事情时，给予承认，以鼓励他们保持这种行为。无论批评或表扬，帮助他们成长、使他们自立，是惟一的目的，也是为人父母所肩负的责任和义务。

培养良好的基本生活习惯

首先，要在孩子幼儿期，帮助他们形成良好的基本生活习惯，这是首要的目的。这一点对父母和孩子同样重要，孩子年幼时，父母们总不舍得过多批评他们，结果等孩子升入了小学高年级，父母们不得不跟在孩子后边再三叮

就眼前的事情不停斥责孩子是愚蠢的。



哼:“洗手了吗?”“手绢带了吗?”“快点儿!别老磨蹭。”然而孩子们到了这个年龄,自我意识渐渐形成,对父母过多的指令不耐烦起来,父母如果说“这都是为了你好”,反倒会使孩子形成逆反心理。

所以想要培养孩子们良好的生活习惯,就要从幼儿期开始,要使用恰当的批评和表扬用语。然而我们必须记住,对于幼儿期的孩子,因其年龄小,很难仅靠语言达到教育的效果。

“不是告诉你了吗?别把玩具扔得满地都是。”

如此一味地教训孩子,他们只会理解这种行为“不可以做”,然而该怎样做,除非父母身体力行地做给他们看,否则他们永远无从得知。

就眼前的事情不停斥责孩子是愚蠢的。批评孩子前要先仔细考虑“为什么孩子会这样做”,“为什么他不那样做”,这样,才能站在孩子的角度,与孩子共同思考“该怎么办”。

过分的指责,会使孩子畏畏缩缩,产生逆反心理,甚至形成乖僻的性情。最好不通过批评就达到教育的效果。例如,对于已上小学的孩子,要想培养其生活习惯,与其对一件件细小的事横加指责,不如让他帮忙做些家务,以激起其

表扬与批评孩子的 10 个法则

如果孩子完成得好，一定要对他的成绩给予肯定。



积极性。根据情况，把一些家务分配给孩子，比如让他帮着买点东西、放桌子、洗碗、做些简单的小菜等。孩子们会因为发挥了自己的能力，尝到成功的喜悦，从而激发上进心。为使他们做得更好，父母要对日常家务做好安排，并自己带头遵守，比如游戏时间、晚饭前做家务时间、看电视时间、睡觉时间，都井井有条地安排好，这就避免了一整天不停地训斥孩子“看电视要看到什么时候”、“该学习了”等等。

如果孩子完成得好，一定要对他的成绩给予肯定：“洗了这么一大堆碗，真是帮妈妈大忙了，谢谢。”对于孩子来说，得到肯定就如同得到表扬，会信心大增，无论做家务，还是其他方面，都会更积极地去努力。

像这样培养孩子的基本生活习惯，教给他们自我保护的基本技巧，是我们表扬、批评孩子时的一个很重要的目的；另一个重要目的是要帮助孩子成为一个独立的人，将来能在社会上自立，为此要使他们养成应当具备的人格素养。

培养怎样的孩子

批评、表扬孩子时，体现了父母基本的是非观、道德观

使孩子成为建设未来美好社会的一分子。



与价值观,也就是父母内心希望培养出怎样的孩子。

大多数父母都会说希望自己的孩子懂得体贴人;顽皮些也没关系,但希望他们充满生气、活力地茁壮成长。然而从他们的实际行为来看,这只是表面的说法,其实他们内心的真实想法是:“不能输给其他孩子,要做人生的强者。”

也就是说,他们在批评或表扬孩子时,脑子里想到的并非是孩子自身的幸福,而仅仅是希望他们在眼前的竞争中取胜,或者即使不能取胜,也不能落后。如果认为这么做“正是为了他们的将来着想”,那可真是下了一个目光短浅的赌注。

孩子们长大成人要在二三十年之后,我们谁也无法预料那时的社会仍与今天相同,在一味强调竞争的环境下成长起来的孩子,将来很有可能成为人际关系紧张、极其孤独寂寞的人,再没有比这种结果更不幸的了。

其中,“只要我的孩子好就行”这种想法是最有害的。我们必须从这样一种角度考虑问题、教育孩子,就是他们生活的未来社会应充满人间情义,并使他们成为建设这个美好社会的一分子,如果我们大家都憧憬这种美好社会,为什么我们不抱着这种目的来教育孩子呢?这就是我们

表扬与批评孩子的 10 个法则

让孩子学会保护属于自己的“权益”。



批评、表扬孩子时应参照的标准。

另外站在他人的角度考虑问题，不给人添麻烦也是教育孩子的内容之一。还有一点很容易被人们遗漏掉，那就是必须教育他们从小学会保护属于自己的“权益”。

例如，大家排队轮流荡秋千，这时插队的孩子会受到批评，然而允许别人插到自己前边的孩子，却不会挨说。难道我们不应该让孩子大声说“大家都在排队，你也必须排队”，来阻止这种错误行为吗？

兄弟俩吵架，哥哥夺走了弟弟的玩具，我们只是批评哥哥“你是哥哥，怎么能这么做”还不够，还应教育弟弟，让他坚持“这是我的”，学会奋力保护自己的权益。

要想建立这种思维方式，父母自己必须时刻清醒地意识到自己的权益，只有父母自身时刻对权益保持敏感，并不断体现在语言和行为中，才能够在孩子为自己申辩时，分清这是孩子的任性还是正当的主张。

培养孩子的自立

父母不可能永远跟在孩子们身边。我们必须让孩子

培养孩子的思考能力。



学会,即使父母不在身边,也要用自己的大脑思考、分辨是非,这是我们批评、表扬孩子的第三个目的。

孩子的成长,不光是身体的成长与发育,也包括思考能力等精神方面的成长。培养他们的思考能力,使他们充满自信,积极向上地成长,也是我们批评、表扬孩子的一个重要目的。因此我们在教育孩子时,即使是对于那些不善言谈的孩子,也要努力培养一种能用语言相互交流的亲子关系。

所谓思考,也就是要把身边的伙伴唤入心中召开会议,展开讨论。刚开始,可能只有妈妈一个伙伴。妈妈不在时,孩子要做一件不该做的事情时,心中的妈妈就会走出来制止那种行为。

随着孩子逐渐长大,唤入心中的伙伴也会渐渐增多,甚至连书本中读到过的人物,以及自己未来的子孙也会被唤进来,成为自己的交谈对象。只有这样才能培养孩子的思维能力,使其充满自信地成长。

但并非唤入心中的伙伴越多越好,重要的是要与这些人建立一种信任。例如,一个生长在十分专制的家庭中、总是听着父亲的训斥“你给我听着”长大的孩子,他心中就会形成一种对强者惟命是从的思想模式,养成怯懦的性

表扬与批评孩子的 10 个法则

建立起一种相互尊重对方人格的关系。



格。

表扬或批评孩子的方法,以及夫妻、亲子关系,都会给孩子的思维模式以直接影响。只有夫妻之间、亲子之间建立起一种相互尊重对方人格,平等交谈,而非命令型的关系,孩子与心中的交谈伙伴之间才可能建立起相互间的信任,才可能在强者面前毫不怯懦,勇于追求真理。

要想帮助孩子们完成这种精神上的成长,父母们必须与孩子们共同成长,决不能做一个整天没完没了、事无巨细不停呵斥孩子的家长。

也不能因为有了下边的弟弟或妹妹,就一味地批评大点的孩子“你还是哥哥呢……”,这样的母亲是失职的。无论对哪个孩子,都要倾注相应的爱,进而要成为一个不仅对自己的孩子、邻居的孩子、路上偶然碰到的孩子,甚至对地球另一边的孩子,都能倾注相同感情的母亲。